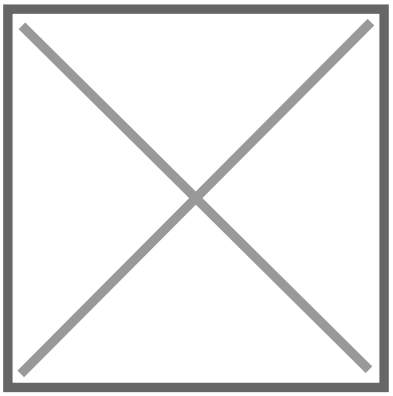

Lassen

Description

Meditation

friends - Foto: pixabay.com

Bild: Gefunden auf dem spanischen Jakobsweg (Camino FrancÃ©s) bei Portomarin, ca. 80 km vor Santiago
Foto: Sonja Knapp

Lassen
Das Gegenteil von Wollen
Setzt Vertrauen voraus
â?? in denjenigen, dem ich mich lasse
â?? dass es auch ohne das geht, das ich gerade lasse

Die Anspannung â?? lassen
Zulassen zuerst, wahrnehmenâ?¦
â?¦ und dann loslassen
Sie freundlich entlassen
Ihr erlauben, dass sie geht

Die vielen BeschÃ¤ftigungen â?? lassen
Zulassen, dass manches unvollendet bleibt
Die Vorstellung loslassen,
dass ich die Dinge vollenden kann
â?? und dadurch alles ins rechte Licht rÃ¼cken

Die Perfektion â?? lassen
Zulassen, dass ich nicht vollkommen bin
Mich Ã¼berlassenâ?¦
â?¦und dabei spÃ¼ren, dass ich mich aus einer anderen Hand empfange

Die Sorgen â?? lassen
Zulassen, dass sie vorÃ¼ber ziehen
Staunend erkennen dass jeder Tag fÃ¼r sich selbst sorgt
und ich mich jeden Augenblick neu empfange.

Mich Ã¼berlassen
â?? den Dingen
â?? dem Leben

â?? dem gÃ¶ttlichen Urgrund, der mich trÃ¤gt

GegenwÃ¤rtig sein â?? im Hier und Jetzt

Intensiv leben
Lebendigkeit spÃ¼ren
â?? in jedem meiner Glieder
â?? in jeder Faser meines Herzens

LEBEN in vollen ZÃ¼genâ?¦

Sonja Knapp